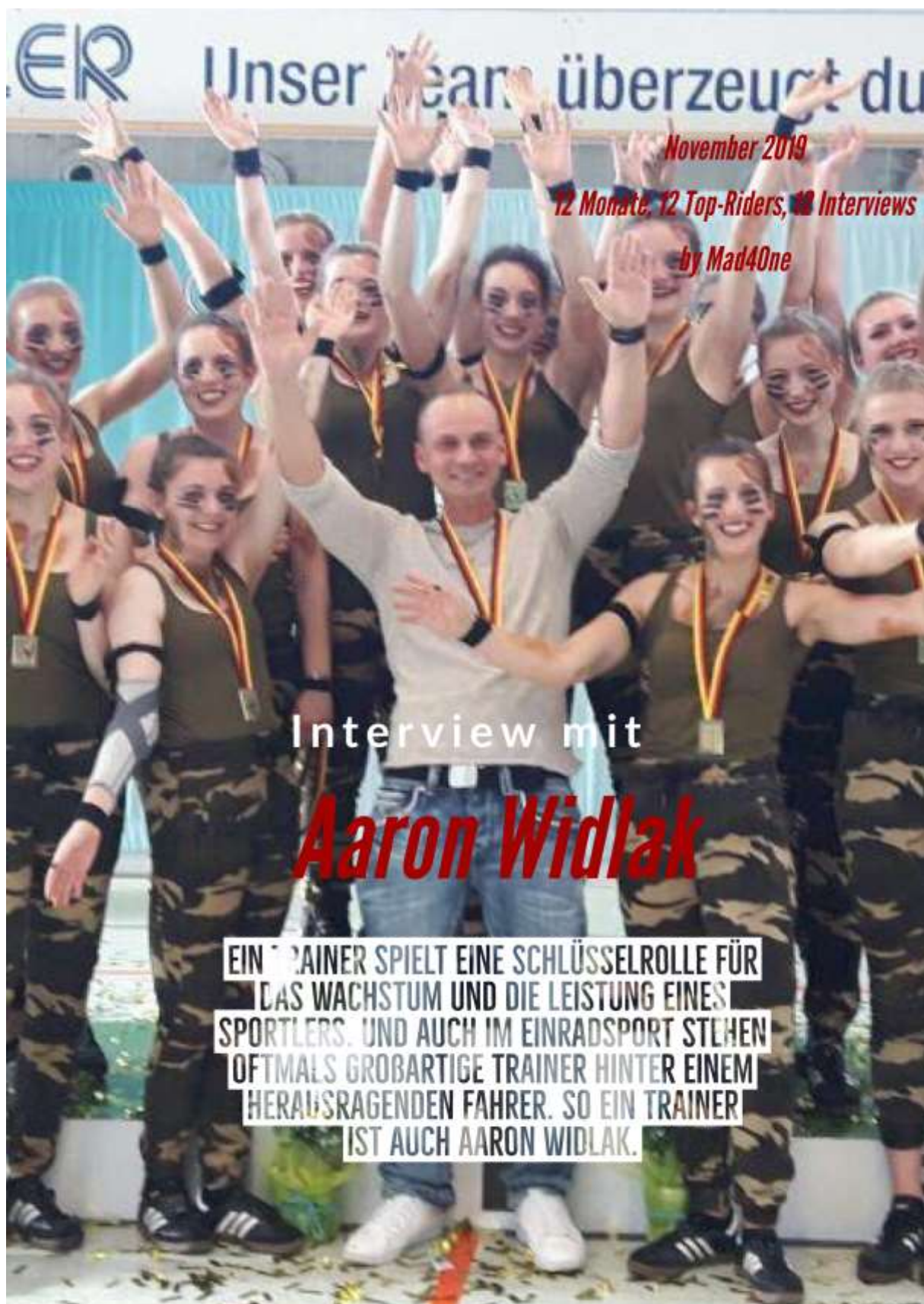




November 2019

12 Monate, 12 Top-Riders, 18 Interviews

by Mad40ne

Interview mit

Aaron Widlak

EIN TRAINER SPIELT EINE SCHLÜSSELROLLE FÜR
DAS WACHSTUM UND DIE LEISTUNG EINES
SPORTLERS. UND AUCH IM EINRADSPORT STEHEN
OFTMALS GROßARTIGE TRAINER HINTER EINEM
HERAUSRAGENDEN FAHRER. SO EIN TRAINER
IST AUCH AARON WIDLAK.

DIESMAL HABEN WIR BESCHLOSSEN, UNSEREN SPORT VON EINEM ANDEREN STANDPUNKT ANZUSCHAUEN, UND ZWAR VON DEM DES TRAINERS. AARON WIDLAK, DER SEINER FREESTYLEGRUPPE IMMER WIEDER NEUE MOTIVATION GIBT UND SIE ZU HÖCHSTLEISTUNGEN BRINGT, SIEHT DEN TRAINER-JOB AUCH ALS EINE KONTINUIERLICHE LERNKURVE FÜR SICH SELBST. 2016, 2018 UND 2019 ERKÄMPFTE SICH SEINE GRUPPENKÜR VOM DJK ADLER 07 DEN DEUTSCHEN MEISTERTITEL! WIE ER SEINE FAHRER IMMER WIEDER MOTIVIERT, WOHER ER SEINE KREATIVEN IDEEN FÜR SEINE KÜREN HER NIMMT UND WAS ER AN DEM EINRADSPORT LIEBT, HAT ER UNS IM INTERVIEW ERZÄHLT.



DU TRAINIERST DIE GROßE GRUPPENKÜR DES DJK ADLER 07 BEREIT SEIT 5 JAHREN. WELCHE ENTWICKLUNG KANNST DU BEI DEN FAHRERN SEHEN? WAS HAT SICH ÜBER DIE JAHRE VERÄNDERT?

Als ich 2015 die Gruppe übernommen habe, bin ich mit ziemlich konkreten Vorstellungen was Parallelität, Raumaufteilung und die Wirkung einer Gruppenkür auf den Zuschauer angeht gestartet. Im ersten Moment war es für alle was Neues, aber über die Jahre haben die Fahrer und ich uns mehr und mehr eingespielt und unsere Vorstellungen angeglichen. Dies führt dazu, dass Punkte wie Parallelität oder Raumaufteilung immer mehr verinnerlicht wurden und mittlerweile von den Fahrern eigenständig im Training umgesetzt werden. In den letzten Jahren konnte man allerdings auch feststellen, dass das Trickniveau auf deutschlandweiter Ebene stark gestiegen ist. Da die Fahrer auf Wettkämpfen viel Neues sehen und ausprobieren wollen, wurden in der Vergangenheit oft Standardtricks vernachlässigt. Auch hier haben wir über die Jahre einen guten Mittelweg gefunden, sodass jeder kontinuierlich sowohl an neuen Tricks arbeiten kann, dabei aber die Standards nicht aus den Augen verliert. Dies führt dazu, dass viele Tricks die wir in Gruppenküren einbauen sicherer geworden sind, uns darüber hinaus aber auch immer mehr Trickvariationen zur Verfügung stehen.

DEIN TEAM WURDE 2019 BEREITS ZUM 2. MAL HINTEREINANDER DEUTSCHER MEISTER. MIT DER KÜR ZUM THEMA „FREAKSHOW“ HABT IHR DAS PUBLIKUM UND DIE JURY BEGEISTERT. WOHER NIMMST DU DEINE KREATIVEN IDEEN FÜR DIE EINZELNEN GRUPPENKÜR-ELEMENTE?

Zunächst muss ich dazu sagen, dass ich die Küren nie alleine aufstelle, sondern jedes Jahr tatkräftig von Mitgliedern der Gruppe dabei unterstützt werde. Durch dieses Zusammenspiel soll vermieden werden, dass ich der Gruppe beispielsweise ein Thema, für das ich brenne aufzwinge, aber mit dem keiner der Fahrer sich identifizieren kann. In solchen Fällen, können die Fahrer das Thema dem Publikum nicht zu 100 Prozent rüberbringen und dies steht für mich, bei jeder Kür im Vordergrund. Daher wird zu Beginn eine Themenauswahl erstellt, aus der sich die Gruppe für ein Thema entscheidet. Die einzelnen Gruppenelemente entstehen dann beim Hören der Musik. Meistens hat man dabei schon ein Bild vor Augen wie die Gruppe in den einzelnen Passagen des Lieds auf dem Feld stehen könnte. Dann gilt es eigentlich nur passende Übergänge und Fahrwege zu finden und diese optimal auf die Musik abzustimmen.

MAN HAT SCHON OFT SÄTZE GEHÖRT WIE, EINE GRUPPE IST NUR SO STARK WIE SEIN SCHWÄCHSTES MITGLIED... WÜRDEST DU DEM ZUSTIMMEN? ODER DENKST DU EHER, DASS SEHR GUTE UND MOTIVIERTE FAHRER AUCH EINE MOTIVATION FÜR ANDERE SIND UND SIE DIE GRUPPE STÄRKEN?

Ich würde beiden Aussagen zustimmen. Klar, ich kann beim Aufbau einer Kür immer nur die Tricks einbauen, welche auch von allen Fahrern sicher gefahren werden. Demnach würde hier der schwächste Fahrer das Trickniveau der Kür festlegen. Allerdings ist es bei uns so, dass gute Fahrer den schwächeren Fahrern helfen und sie bei neuen Tricks unterstützen. So schaffen wir es auch in relativ kurzer Zeit Fahrer, die von unserer U15 Kür nach oben kommen und noch nicht die Tricks fahren, die bei uns abverlangt werden, vom Trickniveau auf einen guten Stand zu bringen.

WAS MACHT FÜR DICH EINEN GUTEN TRAINER AUS? UND WIE WÜRDEST DU DICH SELBST ALS TRAINER BESCHREIBEN? EHER STRENG UND ZIELSTREBIG ODER LOCKER UND FÜR JEDEN SPAß ZU HABEN?

Ich denke ein guter Trainer schafft es den Mittelweg aus allem zu treffen und seinem Team auf Augenhöhe zu begegnen. Wenn man dauerhaft den strengen Ton anschlägt, verliert man irgendwann sein Team, da dann die Motivation sinkt. Dennoch muss es zwischendurch mal sein, da man auch nicht will, dass einem die Fahrer mit der Zeit auf der Nase rumtanzen. Daher versuche ich eigentlich immer die Mitte zu finden. Das gelingt mal mehr, mal weniger. Aber ich sehe dies als kontinuierliche Lernkurve für mich. Ich merke immer wieder, dass ich an der ein oder anderen Stelle an mir arbeiten muss, konnte aber aus den letzten Jahren viel mitnehmen und würde in verschiedenen Situationen jetzt anders reagieren, als ich es vor zwei Jahren getan habe.



WENN MAN EINE GRUPPE ÜBER EINE SO LANGE ZEIT TRAINIERT, GIBT ES SICHERLICH AUCH MAL ZEITEN, IN DENEN DIE MOTIVATION IN DER GRUPPE NACHLÄSST. BESONDERS NACH NIEDERLAGEN IST ES FÜR VIELE FAHRER SCHWER, WIEDER VOLLER ELAN WEITER ZU TRAINIEREN. WURDEST DU IN DEINER TRAINERKARRIERE MIT SOLCHEN MOMENTEN KONFRONTIERT? UND WENN JA, WIE SCHAFFST DU ES DEINE GRUPPE ZU MOTIVIEREN UND ANZUSPORNEN WEITERZUKÄMPFEN?

2017 haben wir mit der „Football“-Kür auf der Deutschen Meisterschaft den zweiten Platz erreicht. Da wir sehr viel Arbeit in diese Kür investiert haben, war es für einige gefühlt wie eine Niederlage. Dies war aber eher ein Aufschwung für das nächste Jahr, hier alles zu geben. Ich sehe es als etwas schwieriger an die Gruppe nach einem Titelerfolg wieder auf Kurs zu bringen. Oft fällt danach die Spannung bei vielen ab und man nimmt das Thema Training auf die leichte Schulter. In solchen Fällen reicht es aber meistens den Fahrern nochmal ins Bewusstsein zu rufen, dass wir nur weiter kommen und auf dem Niveau weiter fahren können, wenn wir auch nach einem Erfolg kontinuierlich an uns arbeiten.

DAS VERHÄLTNIS ZU DEN FAMILIEN DER ATHLETEN IST SICHERLICH WICHTIG ALS TRAINER, BESONDERS WENN DIE ATHLETEN NOCH JUNG SIND. WAS WÜRDEST DU DEN ELTERN EINES JUNGEN ATHLETEN, DER AM ANFANG SEINER SPORTLICHEN LAUFBAHN IST, ALS RAT GEBEN?

Überheizt die Kinder nicht! Ich habe zu meiner aktiven Zeit bereits mehrfach mitbekommen, dass junge Fahrer aufgrund des Drängens der Eltern unendlich viel Zeit ins Training investiert haben. Das ist aus meiner Sicht nicht förderlich. 2-3 intensiv genutzte Trainingseinheiten pro Woche reichen eher, als 5-6 Trainingseinheiten bei denen die Fahrer ständig am Rand sitzen und Pause machen. Es muss ein gesunder Ausgleich zwischen Trainingszeit und Privatem geben. Nur so bleiben die jungen Fahrer am Ball und verlieren die Motivation nicht.

DEINER ANSICHT NACH GIBT ES BESTIMMTE EIGENSCHAFTEN ODER TALENT, DIE SEIT BEGINN AN EINEN SPORTLER IM FREESTYLE ALS WELTMEISTER BESTIMMEN, ODER IST ES EINFACH DAS ERGEBNIS VON STÄNDIGEM TRAINING, ENTSCHLOSSENHEIT UND LEIDENSCHAFT?



Das würde ich so konkret gar nicht festlegen wollen. Es gibt mit Sicherheit Fahrer auf Weltklasseniveau die mit so viel Talent ausgestattet sind, dass ihnen alles relativ schnell gelingt und es Ihnen dadurch einfacher fällt Tricks zu erlernen. Dennoch bin ich der Meinung, dass ein Fahrer mit weniger Talent, der diszipliniert, zielstrebig und hoch motiviert an sich arbeitet um Gleiches zu erreichen, dieses auch schaffen kann.

VON WELCHEN GRUNDSÄTZEN BIST DU NIE ABGEWICHEN UND WIRST DU DIES AUCH IN ZUKUNFT NICHT TUN?

Bei der Auswahl der Tricks für eine Gruppenkür achte ich darauf, dass diese Tricks auch von allen Fahrern sicher gefahren werden. Daher nehme ich grundsätzlich lieber weniger, bzw. einfachere Tricks in die Kür auf, wodurch wir bei diesen dann darauf achten, dass diese in den Figuren parallel gefahren werden und auf die Musik abgestimmt sind. Davon würde ich generell nicht abweichen, da grade das Resultat daraus das ist, was unsere Küren in den letzten Jahren ausgemacht hat.

BLICKEN WIR EINMAL AUF DEINE EINRAD-KARRIERE ZURÜCK...DU WARST FRÜHER SELBST ERFOLGREICHER FREESTYLE-FAHRER. WANN HAST DU MIT DEM SPORT ANGEFANGEN UND WAS HAT DICH SO BEGEISTERT, DASS DU IMMER NOCH DABEI BIST?

Ich habe bereits mit 5 Jahren das erste Mal auf dem Rad gesessen und 1992 im Alter von 6 an meiner ersten Deutschen Meisterschaft teilgenommen. Ein Jahr nach mir haben auch meine Schwester, mein Vater und meine Mutter mit dem Einradfahren angefangen. Das hat sich zu einem Familiensport bei uns entwickelt. Später wurden meine Eltern zu meinen Trainern sowohl im Renn-, wie auch im Freestylebereich und haben damit großen Anteil an den Erfolgen die ich national und international feiern konnte. Der Sport hat mir in meiner Jugend viel ermöglicht und auch jetzt habe ich noch immer Spaß daran. Für mich bin ich zwar weg vom Rennen und Freestyle in den Hockeybereich gewechselt und dort aktiv, fühle mich aber immer noch sehr mit dem Freestyle verbunden und bin daher auch froh, dass mir über die Trainerrolle die Möglichkeit gegeben ist, mit einer tollen Gruppe dort noch aktiv mitzumischen.

ALS ERFOLGREICHER TRAINER HAST DU SICHER ZAHLREICHE HÖHEPUNKTE, AN DIE DU DICH GERNE ZURÜCK ERINNERST...DOCH WELCHE SITUATION ODER WELCHER SIEG BRINGT IN DIR IMMER NOCH GÄNSEHAUT HERVOR, WENN DU DARAN DENKST?

Ganz klar die „Bergbaukür“ mit der wir 2016 Deutscher Meister wurden. Es war mein erstes Jahr als Trainer, Mitte der Saison kamen auf einmal neue Fahrer aus Dorsten, deren Verein sich aufgelöst hat, dazu und alles musste sich erstmal einspielen. Wirklich keiner hatte demnach damit gerechnet, dass wir gewinnen könnten, vor allem weil die Konkurrenz in den Vorjahren echt starke Leistungen gezeigt hatte. Dann so ein Ergebnis in eigener Halle. Ich bin heute noch stolz darauf, dass die Gruppe damals nahezu Fehlerfrei abgeliefert hat.



WAS WÜRDDEST DU IM EINRAD FREESTYLE ÄNDERN, WENN DU DIE MÖGLICHKEIT HAST?

Ich finde den Weg, den der Freestyle in den letzten Jahren geht an sich gut. Die Präsentation wird wieder etwas in den Vordergrund gerückt und somit sind die Küren nicht mehr „vollgestopft“ mit Tricks. Das wirkte vor einigen Jahren teilweise so, als ob die Fahrer sämtliche Tricks in Ihre Küren gesteckt haben, ganz nach dem Motto „Viel hilft viel“. Das wirkte nicht sicher und wirkte auf Zuschauer die unseren Sport nicht kannten nicht attraktiv. Mittlerweile sind wir hier aber auf einem richtigen Weg. Ich würde mich zukünftig über Qualifikationskriterien für die Deutschen Meisterschaften freuen, da es mittlerweile so viele Meldungen für Küren gibt, dass die Zeitpläne der Veranstalter bis zum Anschlag ausgedehnt werden müssen.

EIN BLICK IN DIE ZUKUNFT: AUF NATIONALER EBENE HAST DU ALS TRAINER BEREITS ALLES ERREICHT. ERZÄHL UNS, WAS DEINE NÄCHSTEN ZIELE SIND. MÖCHTEST DU NUN AUCH INTERNATIONAL ANGREIFEN UND EINE GRUPPENKÜR FÜR DIE UNICON IN GRENOBLE 2020 TRAINIEREN?

Ja, allerdings stecken wir hier noch in der Planung. Ob was daraus wird, wird sich in den nächsten Wochen herausstellen. Aber ich sehe dem Ganzen ganz optimistisch entgegen.

VIELEN DANK AARON. ES WAR EIN SCHÖNES UND INTERESSANTES INTERVIEW. ES WÄRE TOLL EUCH IN GRENOBLE BEI DER WELTMEISTERSCHAFT 2020 ZU SEHEN UND IN DIESER ERWARTUNG WÜNSCHEN WIR DIR UND DEINER TOLLEN GRUPPE EINE GUTE ARBEIT UND VIEL ERFOLG!

DIE INTERVIEW-REIHE „12 MONATE, 12 TOP-RIDERS, 12-INTERVIEWS“ BY MAD4ONE IST NOCH NICHT ZU ENDE :)

MIT DEM GLEICHEN SCHWUNG UND SPAß, WERDEN WIR ANFANGS JANUAR WIEDER MIT EINER NEUEN, REIZVOLLEN INTERVIEW ZU EUCH ZURÜCKKOMMEN.

SO BLEIBT IHR DARAN!

VORLÄUFIG VERABSCHIEDEN WIR UNS VON ALLEN UNSERER LESERN MIT EINEM GROßEN DANKE UND MIT UNSEREN BESTEN WÜNSCHEN FÜR FRÖHLICHE WEIHNACHTEN UND EINEN GUTEN RUTSCH INS NEUE JAHR.